

沈鸿根 编著

全面系统

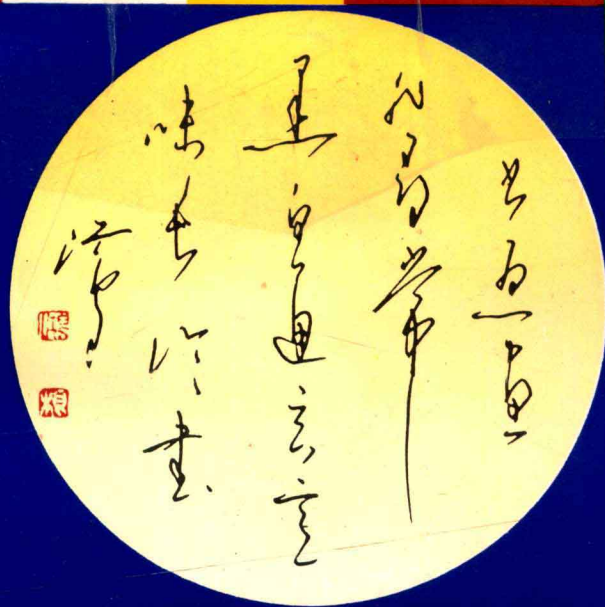
临摹名著

图文精妙

SHIYONG
GANGBISHUFA

实用 钢笔书法

同济大学出版社



TDNGJI DAXUE
CHUBANSHE

现代实用

内容丰富

沈鴻根 編著

實用鋼筆書法

J 292.12/58

同濟大學出版社

(沪)新登字 204 号

内 容 提 要

本书作者是一位著名书法家，书法造诣很深，先后发表了近 30 种数百万文字的专著和字帖，受到广大读者欢迎。

本书特点是全面系统、内容十分丰富，现代实用性很强。它从书法基本知识中的各点画写法结构剖析入手，具体介绍了章法布白、作品鉴赏和临摹方法，尤其在常用文体写法中，详尽介绍了书信、日记、条据、广告、合同、聘书、启事、礼仪、贺词、赠言、名言以及签名艺术等数十种日常实用文体供读者参考和选用。

本书另一个特点是“一书多用”。它具有多功能效用，适应面广，它既适用指导广大青年读者自学入门；又可用作大中学校师生学习书法的教材；也可供书法爱好者研究、欣赏和保存。

责任编辑 瞿君良

封面设计 陈益平

实用钢笔书法

沈鸿根 编著

同济大学出版社出版

(上海四平路 1239 号)

新华书店上海发行所发行

同济大学印刷厂印刷

开本 850×1168 1/32 印张 13.5 字数 390 千字

1994 年 1 月第 1 版 1994 年 1 月第 1 次印刷

印数 1—10000 定价 8.00 元

ISBN 7—5608—1307—0/J·60

前 言

钢笔之类的硬笔书写工具，在我国使用仅仅是几十年的事，但它一是书写便利，二是携带方便，三是易于保管，四是技巧简单，五是线条流畅，不仅切合实用，适应现代快节奏生活，而且书写出来的文字挺拔、流畅、清秀，富有时代气息，具有一种独特的美感，所以如今正流行于全国，成为我国现代最主要的书写工具。钢笔书法也因此应运而生，不断地丰富和发展，成为一种新的汉字书写艺术。如果把传统的毛笔书法比作古典音乐的话，那么钢笔书法好比现代流行歌曲了。也许古典音乐格调很高，非流行歌曲所能望及，但流行歌曲的那种节奏、气氛、情绪，恐怕非古典音乐所能想象的，这也就是流行歌曲之所以能流行的原因。

钢笔书法，固然是指用钢笔写出来的书法作品，但也包括圆珠笔、铅笔、记号笔以及其他硬笔写出来的书法作品，由于钢笔是硬笔家族中的“老大哥”，而有些人对“硬笔”这名称又不太熟悉，所以我们就用钢笔书法来代替硬笔书法，取书名为《实用钢笔书法》，反过来，你想把《实用钢笔书法》称之为《实用硬笔书法》也行，其实是一回事。

正因为钢笔是硬笔家族中的“老大哥”，具有代表性，所以掌握钢笔书写技巧也就等于掌握其他硬笔书写技巧，学好钢笔书法也就等于学好其他硬笔书法。

近十多年来，钢笔书法发展得很快，“忽如一夜春风来，千

树万树梨花开”，形势喜人。随着文化教育的普及，随着书写水平的提高，人们对钢笔书法的要求也越来越高，希望有一本系统地阐述钢笔书法的图文并茂的书。在这方面我就收到不少读者的来信。为了不让钢笔书法爱好者失望，同时又为发展祖国的文化事业作点贡献，我在拙著《中国钢笔书法艺术》、《书法章法》、《签名艺术》、《怎样写好钢笔字》等基础上编写了这本《实用钢笔书法》。我不敢说这本书是一本最完善的书，但内容的确很丰富，除了点画写法和结构分析外，还有具体的章法介绍、作品欣赏和临帖方法，同时，又附有大量的作品实样，供读者学习、研究和观摩。事实上它融理论和字帖于一炉。特别是有关实用文体写法，其中有书信、日记、条据、广告、启事、贺词以及名言、警句、歇后语等数十种，尽可供读者选用和参考，我想这更具有现实意义和实用价值。

《实用钢笔书法》是一本多功能的书，它最大的价值是内容丰富，编排合理，切合实用。它既是个人自学的入门书，又可供学校作为钢笔书法的教材，它是我编写的近 20 本钢笔书法专著和字帖中最为全面的一本书。

习字歌

习字时，心要静。人坐正，
脚放平。仔细看，认真临。
粗者重，细者轻，转折处，
须慢行；勾有力，线条挺，
竖要直，横要平。重心稳，
排列匀。有节奏，有呼应。
用笔美，讲造型。意境深，
求气韵，出神采，见个性。
既悦目，又赏心。

目 录

第一章	钢笔书法的价值和意义	1
第二章	钢笔书法的工具	3
第三章	执笔方法与写字姿势	5
第四章	点画写法	6
第五章	偏旁写法	22
第六章	结构法则	48
第七章	钢笔书法的形式	65
第八章	钢笔书法的格式	70
第九章	钢笔书法的幅式	85
第十章	钢笔书法的句式	100
第十一章	钢笔书法的法式	110
第十二章	钢笔书法的款式	129
第十三章	钢笔书法的装饰	142
第十四章	怎样临帖	155
第十五章	实用文体写法作品举例	189
第十六章	传统书法写法作品举例	254
第十七章	现代书法写法作品举例	275
第十八章	签名艺术	291
第十九章	钢笔书法欣赏	337
第二十章	四体百家姓字帖	376
第二十一章	行草书变化写法	401
第二十二章	隶书特殊写法	418

第一章 钢笔书法的价值和意义

提起硬笔书法，好像是近几十年来的新品种、新艺术，其实古已有之。且不说上古时代用刀刻的甲骨文，就拿在甘肃敦煌莫高窟发现的大量经文遗书中，就有不少用硬笔书写的经文。这些硬笔书法写本的年代，上起中唐，下至元代，前后延续了六百多年，距今有上千年的历史。直到今天，也有些书画家偶尔也喜欢用手指或竹笔来写字，其实这也是硬笔书法。由此可见，硬笔书法我国古已有之，并非今日始，只不过那些硬笔不是现代的钢笔和圆珠笔罢了，但它仍然是不同于毛笔的硬性笔。可惜的是由于工具没有得到相应的改进，跟不上社会的进步，所以这些硬笔书法也就难以发展，以致沉落了。

我们今天使用的硬笔，特别是钢笔，使用方便，书写流利，又不易损坏，既经济又实用，所以大受欢迎，成为现代的最主要的书写工具。汉字是语言的记录、信息的载体、思想的符号。由于人们普遍使用钢笔，这就提高了汉字的书写水平，在要求“把字写得合乎规格、比较端正、干净，容易认”的基础上，逐渐追求把字写得美观、大方、生动，于是产生了钢笔书法艺术。由于钢笔书法既有实用价值又有审美价值，于是如同滚雪球似的，爱好钢笔书法的人越来越多，这不仅普及了钢笔书法艺术，而且促进了钢笔书法艺术，终于形成今天的燎原之势。

钢笔书法，流便、清劲、秀丽，别有一番风姿，而且切合实用，贴近生活，与社会同步，富有时代气息，使你不得不注意它，使你不得不重视它，使你不得不喜爱它。今天，钢笔书法艺术，是我国现代文化艺术的一个重要组成部分，它反映了我们国家的文化水准和精神面貌。钢笔书法艺术的蓬勃发展，说明了我们文化事业的欣欣向荣。钢笔书法艺术的普及和提高，推动了我们的文化事业的发展。正由于钢笔书法艺术同我

们的日常生活和社会风貌有着密切的联系，所以，钢笔书法艺术的价值不容我们低估。

在改革开放的今天，对我们来说，学好钢笔书法更有重要的意义：一则有助于我们清楚、正确地通过书写交流思想和传递信息，提高了工作和学习的效率；二则可以陶冶情操，变化气质，从而增加自我价值；三则满足当代人追求美、欣赏美、表现美的需要，丰富和高尚日常的精神文化生活。这些也就是我们提倡钢笔书法、学习钢笔书法的根本原因。

钢笔书法是一朵带露开放的春花，它那充满活力的青春美，点缀着我们的社会、美化着我们的生活、陶冶着我们的心灵，而且由精神转变为物质，推动着我们时代的前进，促进着我们事业的发展。

第二章 钢笔书法的工具

钢笔书法的工具无疑是钢笔，但广义来说，还包括圆珠笔、铅笔、粉笔、记号笔、竹笔等其他一切硬笔。

钢笔的学名为自来水笔，是舶来品。通常以笔尖的金属成分来分，笔尖为不锈钢的称“钢笔”，笔尖为铱粒的称“铱金笔”，笔尖为金粒的称“金笔”。现在钢笔已淘汰，只剩铱金笔和金笔两种。金笔价格昂贵，非一般人能消费，我们一般使用的都是铱金笔。

书法用的钢笔，要求笔尖圆滑，出水畅通，而且还要求笔尖粗些。因为笔尖圆滑，出水畅通，书写才流利；因为笔尖粗些，书写出来的线条才粗浓醒目，富有表现力。

钢笔的笔杆以圆形为好。杆不要太细，太细了，执笔吃力；杆也不要太光滑，太光滑了，执笔不牢，所以那些“小姐”用的纤细花杆笔和那些“绅士”用的不锈钢杆笔，都不适宜于用来做钢笔书法的工具。

使用钢笔，写字时要注意下列几方面：

1. 正而书写，让笔尖的左右尖点同时接触纸而；
2. 书写时，在纸张下面垫上一本杂志或簿子；
3. 笔与纸的角度是 $45^{\circ} \sim 60^{\circ}$ 之间；
4. 不要在油腻的纸上写字；
5. 不同牌号的墨水不能混用，以免产生沉淀；
6. 不写字时，笔套应马上套在笔尖上；
7. 每隔两个月，清洗一次，保持出水通畅。

至于钢笔书法的用纸，要求不高，只要不化水，纸张不要太薄，表面较光洁就可以了。

钢笔书法的墨水有红、蓝、黑三种。红色墨水太鲜艳不适于练字。蓝色墨水又分纯蓝与蓝黑两种，蓝黑颜色深沉，练字较好。黑墨水以碳素墨水为上，颜色既深又厚，写在纸上，黑

白分外分明。效果最好。

现在市上还有一种特殊的钢笔，笔尖是弯头，上海称之为“美工笔”，外地称之为“硬笔书法笔”。这种笔的笔尖是弯头的，写字时笔尖与纸张接触面积大，所以笔迹很粗，能写较大的字，有毛笔书法的风味，颇受钢笔书法爱好者的喜爱，也值得我们去探索。

第三章 执笔方法与写字姿势

钢笔的执笔方法与毛笔的执笔方法不同，毛笔是“五指执笔法”，钢笔是“三指执笔法”。三指执笔法，具体如下：

- 1.大拇指，食指与中指从三个方向执笔；
- 2.笔杆靠在“虎口”上；
- 3.三指执在离笔尖一寸左右处；
- 4.无名指和小指自然环曲，起底座作用。

钢笔的写字姿势只有一种：坐姿。写字姿势很重要，姿势不正确，字不易写好，又会影响健康。正确的写字姿势是“脚平、身直、胸舒、臂开、头正”。

脚平 双脚平放在地上，脚踏实地；

身直 身体伸直，自然前倾，不能弯腰曲背；

胸舒 胸口不能紧靠在桌沿上，应留有活动余地；

臂开 左右手臂平放在桌上，左手扶纸，右手执笔；

头正 头不能东歪西倒，眼睛注视笔尖。

由于脚踏实地，身直头正，人坐得端正稳当了，所以写出来的字才能端正稳当。如果跷着脚，弯着腰，歪着头，人尚且坐不稳，又怎能写好字呢？

第四章 点画写法

一、钢笔楷书点画写法

1. 点

楷书的点，大致有侧点、垂点、挑点、撇点和长点等五种，由于各点的形态不尽相同，所以写法也不一样。

侧点 一点带侧，上尖下圆。其写法是，落笔要轻，笔尖接触纸而后，再由轻而重向右下按，然后顿笔收起，如图4-1“永”、“太”等字的侧点。

垂点 一点如露水下垂，也是上尖下圆。其写法也是轻落笔，然后略向左下按笔，再顿一下收起，如图4-1“心”、“字”等字的垂点。

挑点 一点似挑，下粗上细。其写法是，先用力顿笔，然后由重而轻向右上挑出，如图4-1“匀”、“冯”等字的挑点。

撇点 一点似撇，上粗下尖。其写法是，先用力向右下按笔，然后顿一下，接着由重而轻向左下撇出，如图4-1“半”“共”等字的撇点。

长点 点形似侧点，但更长大。其写法是，轻落笔，再由轻而重向右下行笔，最后用力顿一下收起，如图4-1“不”、“李”等字的长点。

点虽短小，但如同人的眉毛和眼睛，是传神之处，要点得干净、有力、厚实，决不能轻描淡写。

2. 横

楷书的横，不外乎短横和长横两种，短横犹如横点，但长横恰似千里阵云，其区别不仅仅是长短而已。

短横 一横较短，有点类似横点。其写法是，轻落笔，再由轻而重向右行笔，笔势要仰，不能成水平状，最后顿笔收起，如图4-1“二”、“上”等字的短横。

长横 一横较长，两端略粗中间稍细，平中呈弧。其写法

是，侧锋落笔，稍按一下随即横向行笔，最后再顿笔收起，用笔力度两端重中间轻，速度两端慢中间快，如图4-1“上”、“三”等字的长横。

横画如同房屋的横梁，不能写得疲软，其中尤其是长横，往往是一个字的主笔，更要坚挺有弹性。

3. 竖

楷书的竖画，最基本的是垂露和悬针两种。垂露一般不是一个字的最后一笔，而悬针往往是一个字的最后一笔，所以不能随便混用。

悬针 竖画形似悬针，上粗下尖。其写法是，侧锋落笔，用力顿一下，然后由重而轻，由上而下垂直行笔，逐渐提笔出锋收起，如图4-1“十”、“中”等字的悬针。

垂露 竖画下而不尖而圆，如垂一露珠。其写法是，侧锋落笔，顿笔后再由上而下行笔，再用力顿笔收起，中间略细并挺起，如人挺胸收腹，显得雄赳赳、气昂昂，如图4-1“乍”、“下”等字。

竖画似栋梁，应挺拔，尤其是中竖，似人脊梁骨，不得弯曲歪斜。

4. 撇

楷书的撇画的形态较多，通常有平撇、短撇、斜撇、竖撇和竖斜撇等五种，短的坚实如短剑，长的潇洒似兰叶。

平撇 撇画较平且短，一般在字的上面。其写法是，先侧锋落笔，用力顿一下，然后迅速向左撇出，如图4-1“禾”、“毛”等字的平撇。

短撇 形似平撇，但方向朝下略左。其写法也是侧锋落笔，顿一下，再向左下撇出，撇应短不应长，如图4-1“先”、“生”等字的短撇。

斜撇 撇画斜而长，一般为 45° 角。其写法是，先侧锋落笔，顿一下，再由重而轻向左下撇出，撇尖势微微向上，如

点	侧点	丶	永太
	垂点	丏	心字
	挑点	㇀	匀冯
	撇点	丏	半共
	长点	㇏	不李
横	短横	一	二土
	长横	一	上三
竖	悬针	丨	十中
	垂露	丨	乍下
撇	平撇	㇀	禾毛
	短撇	丿	先生
	斜撇	㇏	义人

图 4-1

图4-1“义”、“人”等字的斜撇。

竖撇 撇画似竖，应坚挺。其写法是，先侧锋落笔，顿笔后由上而下由重而轻向下行笔，最后向左下迅速撇出，如图4-2“月”、“用”等字的竖撇。

竖斜撇 撇画上面是竖下面是撇，是竖和撇的结合。其写法是，先侧锋落笔写竖，行笔至半腰，然后再由重而轻向左下撇出，如图4-2“大”、“夫”等字的竖斜撇。

5. 捺

楷书的捺画，有斜捺和平捺之分，都一波三折。斜捺和平捺的区别不仅是前者角度斜后者角度平，而且是前者顺势落笔所以起端尖，后者是逆势落笔所以起端圆。

斜捺 捺画较斜，大致成 45° 角。其写法是，轻落笔，触纸后略横向行笔，再折而右下，用力由轻而重，最后顿笔横向捺出，如图4-2“人”、“义”等字的斜捺。

平捺 捺画较平，角度小于 45° 角，往往处在一个字的下面。其写法是，逆势行笔，按一下，再略横行，然后折下向右下逐渐用力行笔，最后再顿笔横向捺出，如图4-2“之”、“通”等字的平捺。

撇和捺在一个字中，基本左右对称，如同人的左右手，所以要注意对称和对应，同时不妨舒展些，否则就显得缩手缩脚了。

6. 勾

楷书的勾，非常丰富，大致有竖勾、弯勾、提勾、横勾、戈勾、卧勾、背抛勾和浮鹅勾等八种，所有的勾以短小精悍、形似铁钉为好，长则变形，大则无力。

竖勾 竖画加勾，但勾应向左。其写法是，先侧锋落笔写竖，收笔时再用力勾出，勾大约为 45° 角，如图4-2“可”、“扣”等字的竖勾。

弯勾 形似竖勾，但腰略弯成弧形，且短小。其写法是，

先侧锋落笔，按一下，再山上向下弧形行笔，最后用力勾出，如图4-2“小”、“了”等字的弯勾。

提勾 也是竖画加勾，但勾向右上，与竖勾恰恰相反。其写法是，先侧锋落笔写竖，最后用力向右上勾出收笔。提勾的勾一般比竖勾的勾略长，如图4-2“民”、“长”等字的提勾。

横勾 即横画加勾。其写法是，先侧锋落笔写横画，勾时笔略提起再用力顿一下向左下勾出，勾的角度大致为 45° ，如图4-2“买”、“宫”等字的横勾。

戈勾 “戈”字的勾，形似强弓，弯而有力。其写法是，先侧锋落笔，顿一下再向右下弧形行笔，势长而力足，最后用力向上勾出，如图4-2“伐”、“式”等字的戈勾。

卧勾 即心字勾，因卧底，故名。其写法是，轻落笔，触纸后再向右下山轻而重行笔，最后用力勾出。卧勾上面斜下面平，有变化，如图4-2“心”、“必”等字的卧勾。

背抛勾 勾从背脊反抛而出。其写法是，先落笔写短横，然后提笔折下向右下成抛物线行笔，最后用力向上勾出。背抛勾比戈勾弧势大，如图4-2“飞”、“气”等字的背抛勾。

浮鹅勾 勾形似一白鹅浮在绿水上。其写法是，先横向落笔，然后向下行笔，略左倾，再提笔拐弯横向行笔，最后用力勾出收笔。勾下面横向笔势略带弧形，倘平直如砥则僵死无味。如图4-2“兄”、“无”等字的浮鹅勾。

7.挑

楷书的挑画仅有长短之分，没有其他形态，比较简单。

挑画 凡山下向上挑起的笔画，就叫“挑画”。其写法是，先用利落笔侧下，顿一下后随即由重而轻向右上挑出，如图4-3“壮”、“物”等字的挑画。

8.折

楷书的折画是由两种笔画组成，折画有横折、竖折、撇折、反折、圆折、曲折、挑折等几种。折画的折处有的重有的